

オレンジカフェひだまり

フラッと立ち寄る憩いの場

NPO法人ささえあいの会が運営する喫茶店「オレンジカフェひだまり」(堀端町)は、おもに高齢者や地域の皆さんが利用しています。落ち着いた雰囲気の小さな空間で、親しみやすい居場所を作りたいとの思いから始まりました。月・水・金曜日の午前9時から午後4時まで営業しており、出入り自由で利用時間の決まりもありません。

中では、飲み物を飲んだり雑誌を読んだりしてゆっくりと過ごせます。また、話し相手になってくれる傾聴ボランティアの皆さんと楽しくおしゃべりをしたり、設けられている健康器具で身体を

動かしたりとそれぞれ自由に過ごせます。ほかにも、ピアノやギターの演奏により歌を楽しんだり、生き生き教室などの健康体操や笑いヨガなども開催しています。

代表を務める森さんは、「誰かと話しをすることは認知症予防に効果的。家にいるだけではなく喫茶店に行く感覚で訪れてみてほしい。散歩ついでに良い運動にもなり介護予防にもつながる。自宅で時間を過ごすことが多い高齢者だけではなく、地域の皆さんの憩いの場にしたい」と話してくれました。



有料広告